

ЯК ВІДПОВІДАТИ ДІТЯМ НА СКЛАДНІ ЗАПИТАННЯ ПРО ВІЙНУ?

Коли закінчиться війна? Що буде з нашою домівкою? Коли ми повернемося додому? Діти ставлять батькам складні питання, на які дорослі часто не мають відповіді. Пропонуємо слова, здатні підтримати силу духу дітей і дорослих.

Коли закінчиться війна?

І дорослим, і дітям складно не знати точної дати закінчення війни. Проте дещо нам точно відомо, і саме про це ми можемо поговорити з дітьми.

Варіант відповіді

- Війна безумовно закінчиться. Поки що складно сказати, коли саме. Зараз наша величезна сильна армія трощить ворога та перемагає його. Дуже важливо вигнати його повністю за кордони нашої країни, нам потрібна повна перемога.
- Спеціальні групи оборони територій (тероборона) охороняють кожен район, щоб був порядок і щоб вороги не змогли проникнути непоміченими.
- Волонтерів дуже багато, усі працюють на перемогу. Весь світ підтримує нас, посилає нам гарну потужну зброю, ліки, продукти.
- Крім того, багато компаній закрилися і не працюють у Росії, щоб вплинути на її громадян. Закрилися: Плейстейшн, ТікТок, МакДональдз та багато інших.
- Наше завдання в цей час — вижити та зберегти любов у серці та розум у голові. Ми всі будемо дуже потрібні відразу після перемоги, а наразі ми потрібні одне одному. Це те, на що ми можемо вплинути своїми власними маленькими кроками.

Маленькі кроки для кожного

1. Піклуватися про гарний фізичний стан та самопочуття:

- повноцінно харчуватися;
- дихати повітрям;
- по можливості рухатися;
- не мовчати, якщо щось болить, повідомляти дорослим про це, не терпіти до останнього — це важливо;
- пити воду;
- обіймати та обійматися.

2. Піклуватися про стан душі:

- спілкуватися, жартувати;
- радіти маленьким речам у житті та нашим перемогам;
- сміятися, якщо смішно;
- плакати, коли гірко.

Так працює наша психіка — їй потрібні і сміх, і сльози, і обійми для здоров'я. Не соромтеся показувати одне одному меми, розказувати смішні історії, ділитися тим, про що сумуєте. Це і є те, що робить нас людьми, і цього в нас нікому не відібрати.

Із зовнішнім ворогом — армією Росії — ведуть боротьбу наші воїни. Із внутрішнім ворогом — безсиллям, безпорадністю, горем — ми можемо боротися, спілкуючись та підтримуючи одне одного.

Що буде з нашим домом?

Варіант відповіді

- Ми всі віримо в те, що наш будинок уціліє. Ми попросили друзів, які залишилися, щоб вони приглядали за нашим будинком/помешканням. Вони будуть постійно перевіряти, чи все добре з ним, та повідомляти нам.
- Якщо вже так трапиться, що наш будинок прийме на себе удар і захистить собою (як капітан Америка захищає своїм щитом) людей, значить ми побудуємо новий дім відразу після закінчення війни. Ми маємо для цього все необхідне.
- Тут доречно розмова про те, що таке дім. Наприклад, дім — це знайомі речі. Отже, потрібен час, щоб познайомитися з речами навколо тут.
- Дім — це аромат млинців зранку. Отже, варто спробувати зробити їх за можливості.
- Дім — це погратись із сестрою та мамою. Отже, варто погратись саме зараз.
- Відчуття дому — воно всередині, коли поруч гарні люди і коли безпечно, коли можна погратись.

Тут доречно запитати дитину: за чим ти сумуєш найбільше? Чи можна хоч щось зробити тут, щоб дім теж знав, що ти його пам'ятаєш?

Наприклад, навчити своєї улюбленої гри дітей, які опинилися разом з тобою, або навіть дорослих. Можливо, чимось обмінятихся або поділитись, це теж буде дуже добре. Маленьке тепло власного дому, яке можна прямо зараз зробити тут, допоможе тобі та навчить інших дітей, яким це також потрібно.

Я сумую за своїми друзями і не хочу знайомитися з новими!

Варіант відповіді

- Це нормально, що зараз не хочеться ні з ким знайомитись. Коли довкола все швидко змінюється, то природно триматися за своє «старе», знайоме, звичне. Така реакція свідчить про хорошу роботу мозку і тіла.
- І зараз, і після закінчення війни потрібні будуть різні друзі. Коли ми знайомимось з новими людьми та однолітками, ми не зраджуємо старих друзів. Навпаки, ми готуємо ґрунт для них — щоб і в них стало більше знайомих і друзів.
- Не варто заводити зараз багато знайомств і одразу з усіма дружити. Достатньо приятних стосунків: просто привітатися, побажати гарного дня, обмінятися кількома жартами й усмішкою. Із часом це створить міцний ланцюжок хорошої дружби, на який згодом зможуть спертися всі ваші друзі.
- У такі моменти варто поговорити з дитиною, чого саме їй найбільше бракує тепер без спілкування з друзями? Коли ви чи дитина сумуєте за кимось, варто одразу про це написати людині. Або навіть намалювати якийсь щасливий момент вашої дружби. Коли ви зустрінетеся, зможете показати цей малюнок, і тій людині буде важливо знати, що ви про неї пам'ятали і думали.

- А ще діти можуть показати новим знайомим ті ігри, у які гралися зі своїми старими друзями: так ви ніби стаєте провідником радості, дружби, і це допоможе іншим. Адже дружба — це те, що рятує нас від самотності, горя та страждань.

Коли закінчиться війна, усе буде як раніше?

Це, мабуть, найскладніше запитання з усіх.

Варіант відповіді

Коли закінчиться війна, точно будуть садочки і школи, зустрічі з друзями, уроки та веселі перерви, домашки і морозиво після школи, прогулянки та мандрівки з друзями і рідними. Точно будуть смачні сніданки і затишні вечери, красиві світанки та заходи сонця, а ще зорі в небі, походи в ліс по гриби, ігри на плейстешн і багато обіймашок із друзями, тиша вночі та гамір мирного життя вдень — гуркіт трамваїв, машин, гамір супермаркетів. Усе, що зруйновано, ми відбудуємо знову так, як буде найкраще для нас. Адже людяність завжди перемагає зло.